## 圧力IH炊飯ジャー保証書

持込修理

取扱説明書・本体表示などの注意書きに従った使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理いたします。製品と本書をご持参のうえ、お買い上げの販売店にお申しつけください。製品のある場所での出張修理や製品輸送の場合は、出張料や輸送料などの実費を申し受けます。

| | | |
|---|---|---|
| 型　名 | NP-BE10KS/NP-BE18KS | 修理メモ |
| ※お客様 お名前 | ☎ | |
| ※お客様 ご住所　〒 | | |
| ※お買い上げ日<br>年　月　日 | ※販売店名・住所 | |
| 保証期間<br>お買い上げ日より<br>**本体1年**<br>なべフッ素加工<br>3年 | ☎ | |

※印欄に記入のない場合は無効となりますので、必ずご確認ください。
なべを交換される場合は右記の部品番号をご連絡ください。[なべ(1.0Lサイズ)B477-6B・なべ(1.8Lサイズ)B478-6B]

1. ご転居・ご贈答品などでお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合は、弊社のお客様ご相談窓口にご連絡ください。
2. 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。
   (イ)使用上の誤りや不当な修理・改造による故障および損傷。
   (ロ)お買い上げ後の輸送・移動・落下などによる故障および損傷。
   (ハ)火災・地震・水害・落雷・その他の天災地変、公害・塩害・虫害・ガス害(硫化ガスなど)、異常電圧・指定外の使用電源(電圧・周波数)などによる故障および損傷。
   (ニ)一般家庭用以外(たとえば業務用など)に使用された場合の故障および損傷。
   (ホ)車両・船舶などに搭載された場合の故障および損傷。
   (ヘ)本書のご提示がない場合。
   (ト)本書にお買い上げ年月日・お客様名・販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書きかえられた場合。
   (チ)消耗品などの交換。
   (リ)下記の使い方をした場合のなべ内面フッ素加工のふくれ・はがれなど。
   ・食器洗いのため、スプーンや食器などかたいものを入れたり、洗ったりした場合。
   ・なべのお手入れに、たわしやみがき粉などを使った場合。
   ・なべの中で酢を使った場合。
   ・お買い上げ後の落下や輸送などで生じたへこみ。
   ・その他取扱説明書・本体貼付ラベルなどの記載事項にそわない使い方をした場合。
3. 本書は日本国内においてのみ有効です。
   This warranty is valid only in Japan.
4. 本書は盗難・火災などの不可抗力以外で紛失された場合は再発行いたしませんので大切に保管してください。

●お客様にご記入いただいた記載内容は、保証期間内のサービス活動およびその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますので、ご了承ください。

●この保証書は、本書に明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、この保証書によって保証書を発行している者(保証責任者)およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にお問い合わせください。


**象印マホービン株式会社**
〒530-8511　大阪市北区天満1丁目20番5号 ☎(06)6356-2451


### 圧力炊飯をするためPSCマーク・SGマークを取得しています。

**PSCマーク**
経済産業省が定めた「消費生活用製品安全法」の家庭用の圧力なべ及び圧力がまの安全基準に適合していることを示します。

**SGマーク**
製品安全協会が定めたSG基準に合格したことを示し、万一製品の欠陥による人身事故が生じた場合、賠償措置がとられます。
対人賠償責任保険付
製品安全協会



ZOJIRUSHI

家庭用

# 圧力IH炊飯ジャー 極め炊き®

型名 NP-BE10KS 型 1.0Lサイズ
型名 NP-BE18KS 型 1.8Lサイズ

# 取扱説明書・お料理ノート

NP-BE.KS

このたびは、お買い上げいただき、まことにありがとうございます。

**圧力IH炊飯ジャーは内部が高圧になるため、取り扱いを誤ると危険です。
この取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。**

**お読みになったあとは、大切に保管してください。**

保証書つき

もくじ


## お使いになる前に

安全上のご注意…… 2
お願い…… 5
　なべについて…… 5
各部のなまえと扱い方…… 6
おいしいご飯のコツ…… 8
米のお話…… 9
玄米のお話…… 9

## 使い方

ご飯を炊く
　基本的な炊き方…… 10
　　炊き上がりまでの時間の目やす…… 13
　いろいろなご飯を炊く…… 14
保温する
　うるつや保温・高め保温・保温なし…… 16
再加熱をする
　あったか再加熱…… 18
時刻の合わせ方…… 19
報知音の種類と切りかえ方…… 19
予約してご飯を炊く
　タイマー予約炊飯…… 20

## お料理ノート

麦混ぜご飯…… 22
五目ご飯…… 22
山菜おこわ　赤飯…… 23
七草がゆ　玄米の炊きこみご飯…… 24

## お手入れ

お手入れ…… 25

## 困ったときに

故障かなと思ったとき…… 30
こんな表示をしたとき…… 32
こんなときは…… 33
部品の交換・購入について…… 33
アフターサービス…… 34
お客様ご相談窓口…… 34
仕様…… 35
保証書……裏表紙

# 安全上のご注意　必ずお守りください

お使いになる人や他の人への危害、財産の損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■誤った使い方をしたときに生じる危険や損害の程度を、次の区分で説明しています。

| | |
|---|---|
| ⚠警告 | 死亡や重傷に結びつく恐れがある内容です。 |
| ⚠注意 | 軽傷または家屋・家財などの損害に結びつく恐れがある内容です。 |

■お守りいただく内容を、次の区分で説明しています。

⃠ してはいけない「禁止」内容です。　❗ 実行しなければならない「指示」内容です。

## ⚠警　告

### 圧力炊飯を安全にするために　炊飯中に圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です。

**内容物がふき出して、やけど・けがをする恐れがあります。**

**取扱説明書・お料理ノートに記載の炊飯・保温以外の用途に使わない**

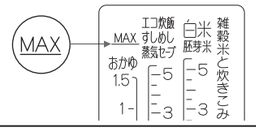
蒸気経路が詰まり、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気がもれたり、外ぶたが開く恐れがあります。

<使用してはいけない調理例>

- 煮炊きで分量の増えるものを使う料理（はんぺんなどのねりもの・煮豆などの豆類・めん類など）
- 急激に泡の出る重そうなどを使う料理
- のり状になるカレーやシチューのルーなどの料理
- 多量の油を入れる料理
- ジャムなどの泡立つ料理
- 食材をポリ袋などに入れて加熱する料理
- クッキングシート・アルミ箔・ラップフィルムなどを使った料理や蒸し物
- 「七草がゆ」などの青菜入りのおかゆは最初から青菜を入れて炊かない
- 皮つきのトマトなどの料理

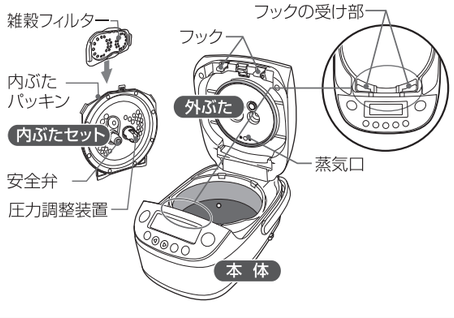
**圧力炊飯中は絶対に外ぶたを開けたり移動させない**

**なべの3分の2（なべに表示しているMAXの線）以上に水を入れて炊飯しない**




**圧力炊飯前に、フックの周囲・フックの受け部・本体と外ぶたの間・内ぶたパッキン・圧力調整装置・安全弁・雑穀フィルター・蒸気口の周囲にご飯粒や米粒などの異物がないことを確認する**

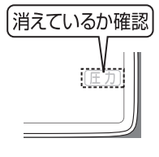
- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気がもれたり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。また、安全のため炊飯を受けつけないことがあります。
- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが開かなくなることがあります。




**外ぶたは「カチッ」と音がするまで確実に閉める**

- 確実に閉まっていない場合、炊飯中や保温中に外ぶたが開く恐れがあります。

**炊飯の途中に外ぶたを開ける場合は、表示部の［圧力］の表示が消えているのを確認してから、外ぶたを開ける**




●お買い上げの製品と本書に記載したイラストは異なることがあります。



## ⚠警　告

**改造はしない。また、修理技術者以外の人は分解したり修理をしない**

火災・感電・けがの原因になります。修理はお買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にご相談ください。

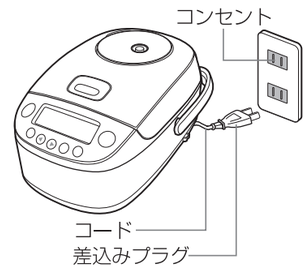
**蒸気口に手や顔を近づけない**　やけどをすることがあります。特に乳幼児にはさわらせないようご注意ください。

**ぬれた手で差込みプラグを抜き差ししない**　感電・けがをすることがあります。

**水につけたり、水をかけたりしない 本体内部にも水を入れない**　ショート・感電の恐れがあります。

**コードや差込みプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない**

感電・ショート・発火の原因になります。




**コードを傷つけない**

無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、挟み込んだり、加工したりするとコードが破損し、火災・感電の原因になります。

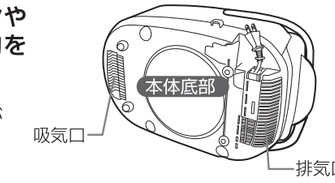
**交流100V以外では使用しない**　火災・感電の原因になります。

**差込みプラグに蒸気を当てない**

コンセントに差した差込みプラグに蒸気を当てるとショート・発火の原因になります。
スライド式テーブルでは差込みプラグに蒸気が当たらない位置でお使いください。

**吸気口・排気口やすき間にピンや針金および金属物などの異物を入れない**

感電・異常動作してけがをすることがあります。




**子供だけで使わせたり幼児の手の届くところで使わない**

やけど・感電・けがをする恐れがあります。

**差込みプラグはコンセントの奥までしっかり差し込む**　感電・ショート・発煙・発火の原因になります。

**定格15A以上のコンセントを単独で使う**

他の器具と併用すると分岐コンセント部が異常発熱して発火することがあります。

**差込みプラグの刃（プラグの先端）および刃の根元にほこりが付着している場合は、よくふく**

火災の原因になります。

**異常・故障時には直ちに使用を中止する**　そのまま使用すると発煙・発火・感電・けがに至る恐れがあります。

〈異常・故障例〉
- 差込みプラグ・コードが異常に熱くなる
- コードに傷がついたり、触れると通電したりしなかったりする
- 本体が変形したり、異常に熱い
- 本体から煙が出たり、焦げくさいにおいがする
- 本体の一部が割れたり、ゆるみやがたつきがある
- 炊飯中、底部のファンが回っていない　など

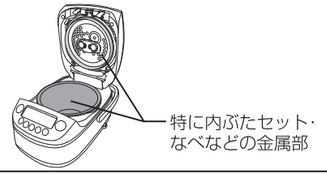
**このような場合は、すぐに差込みプラグを抜いて、販売店に必ず点検・修理を依頼する**

# 安全上のご注意 つづき

## ⚠ 注　意

**使用中や使用直後は、高温部に触れない**
**また外ぶたを開けるときの蒸気、ご飯をほぐすときには**
**手がなべなどに当たらないように注意する**

やけどの原因になります。




**水のかかるところや、火気の近くでは使用しない**

感電・漏電・変形の原因になります。

**専用なべ以外は使用しない**

なべが過熱したり、異常動作の原因になります。

**荷重強度が不足しているスライド式テーブルでは使わない**

スライド式テーブルが破損して炊飯ジャーが落下し、けが・やけどの原因になります。
荷重強度が、1.0Lタイプで15kg以上、1.8Lタイプで20kg以上のものをお使いください。

**不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使用しない**

けがや火災の原因になります。

**アルミシート・電気カーペットの上で使用しない**

アルミ材が発熱し、発煙・発火の原因になります。

**吸気口・排気口をふさぐような敷物（紙・布・じゅうたん・ビニール袋・アルミシートなど）の上で使用しない**

故障の原因になります。

**壁や家具の近くで使わない**
**キッチン用収納棚などで使うときは、中に蒸気がこもらないようにする**

蒸気または熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因になります。

**本体を持ち運ぶときは、プッシュボタンに触れない**

外ぶたが開いて、けが・やけどをすることがあります。

**使用時以外は、差込みプラグをコンセントから抜く**

けが・やけど・絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。

**お手入れは冷めてから行う**

高温部に触れ、やけどの恐れがあります。

**差込みプラグを抜くときは、コードを持たずに必ず先端の差込みプラグを持って引き抜く**

感電・ショートして発火することがあります。

**コードを巻き取るときは差込みプラグを持って行う**

差込みプラグが当たって、けがをすることがあります。

**医療用ペースメーカーなどをお使いの方は、本製品のご使用にあたって医師とよくご相談ください。**

本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。



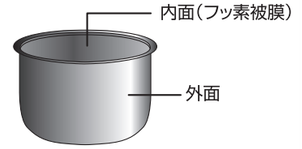
# お願い

- **本製品は蒸気セーブメニューがありますが、全く蒸気が出ないわけではありませんのでご注意ください。**
- **磁気に弱いものを近づけない**
  テレビ・ラジオ・インターホン・無線機・電話などは、雑音の入る恐れがあります。キャッシュカード・自動改札用定期券・カセットテープなどは、記憶が消える恐れがあります。
- **本体（特に蒸気口）には、ふきんなどをかけない**
  本体や外ぶたなどの変形・変色の原因になります。
- **本体を持ち運ぶときは、本体が傾かないようにする**
  内容物によってはこぼれる場合があります。
- **なべに傷をつけたり、落としたり、変形させない**
  うまく炊けない原因になります。
- **水をかけたり水分を含んだものの上に置かない**
  感電・故障の原因になります。
- **炊飯中に差込みプラグをコンセントから抜かない**
  蒸気がふき出して危険です。
- **空だきをしない** 故障の原因になります。
- **本体内側・なべ・サイドセンサーにご飯粒や米粒などの異物がついたまま使用しない**
  ご飯が焦げたりして、うまく炊けない原因になります。
- **IHクッキングヒーターの上で使用しない**
  故障の原因になります。
- **直射日光が当たる所で使用しない** 変色の恐れがあります。
- **他の電気機器に蒸気が当たる場所では使用しない**
  蒸気により、電気機器の火災・故障・変色・変形の原因になります。
- **本体や本体のまわりは、清潔にして使用する**
  機能・性能を維持するため、本体には吸気口・排気口を設けてありますが、この穴からほこりや虫が入ると故障の原因になります。
  また、虫などが入り故障した場合は、有料修理になります。

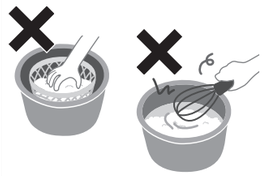
## なべについて　末永くお使いいただくために、次のことをお守りください。

**内面（フッ素被膜）**

なべ内面のフッ素被膜は傷がつくと、はがれる原因になりますので、
ていねいに取り扱ってください。
フッ素被膜を傷めないために次のことをお守りください。




**〈準備のとき〉**



- 米に混じっている異物（石など）を取り除いてから米を洗う
- 泡立て器などで洗米しない
- 金属製のざるをあてて洗米しない
- 炊飯ジャー以外では使わない

**〈炊き上がったとき〉**

- なべで酢を混ぜない（すしめしなど）
- 金属製のおたまを使わない（おかゆなど）
- しゃもじなどでたたかない（よそうときなど）

**〈お手入れのとき〉**→P.25

- スプーンや食器類を入れない
- 食器洗い乾燥機・食器乾燥器に入れない
- 調味料を使った場合は、すぐに洗う
- スポンジなどの柔らかいもので洗う

- シンナー・ベンジン・みがき粉・研磨材入り洗剤・漂白剤・たわし類（ナイロン・金属製など）・メラミンスポンジ・スポンジのナイロン面などを使わない

**なべ内面のフッ素被膜は使用により消耗します。**

- 色むらができたり、はがれることがありますが、性能や衛生上の支障はありません。人体への影響（害）はなく、炊飯・保温をするうえで問題なくご使用いただけます。
- フッ素被膜のはがれが気になるときや、なべが変形したときは、購入できます。→P.33

**外面**

- 熱による変色が発生する場合がありますが、炊き上がりの性能には影響ありません。
- 外面は、センサーに触れる大切なところです。汚れの付着や傷つきにご注意ください。

# 各部のなまえと扱い方

## 蒸気口セット

- ●蒸気口セットは確実に取りつけてください。
- ●炊飯中または炊飯直後の蒸気口セットは非常に熱くなりますのでご注意ください。

**蒸気口**
- ●炊飯時に蒸気が出て高温になるので注意してください。

**蒸気口キャップ**

**蒸気口ケース**

**蒸気口セット取りつけ部**

**プッシュボタン**
外ぶたを開けるときに押す
- ●圧力式で密閉度を上げて炊くために開くまで少し時間がかかることがあります。
- ●炊飯時に圧力がかかっているとき、プッシュボタンを押しても、安全のため、外ぶたは開きませんが故障ではありません。

外ぶた

**ハンドル**
持ち運びのときに使う

**差込みプラグ**

**コード**

**出し方**
差込みプラグを持って引く
（赤マーク以上引き出さない）

**しまい方**
差込みプラグを持って、2〜3cm引いて戻すと自動的に巻き込む

**吸気口**
（本体底部前方）

**排気口**
（本体底部後方）

## リチウム電池について

差込みプラグをコンセントから抜いていても現在時刻やメニューなどを記憶するために、リチウム電池が内蔵されています。リチウム電池はご使用にともない消耗します。→P.32

## 操作部

- ●キーは確実に押してください。
- ●報知音の変化や、「炊飯/再加熱」キー、「とりけし」キー中央の「●、━」は、目の不自由な方へ配慮したものです。

**表示部**
- ●表示部を布などでこすると黒い線が出る場合がありますが故障ではありません。（静電気による現象であり、しばらくすると元に戻ります。）

実際にお使いになる中でこのような表示にはなりません。

**圧力表示**
圧力がかかっているときに表示する

**炊飯/再加熱ランプ**

**「炊飯/再加熱」キー**
炊飯や再加熱をするときに使う

**「保温」キー**
- 「うるつや保温」・「高め保温」・「保温なし」を選ぶときに使う（1.5秒以上押す）
- 再保温をするときに使う →P.17

**保温ランプ**

**「とりけし」キー**
操作設定の取り消しや作動中の機能を中止するときに使う

**「お米選択」キー**
米の種類を選ぶときに使う →P.11

**予約ランプ**

**「予約」キー**
タイマー予約炊飯のときに使う →P.20

**「メニュー選択」キー** メニューを選ぶときに使う →P.11

**「時刻合わせ」キー**
- 現在時刻を合わせるときに使う（1.5秒以上押す）→P.19
- タイマー予約炊飯の予約時刻を設定するときに使う →P.20



**雑穀フィルター**
異物が詰まるのを防ぐ
- ●お手入れ後、必ず内ぶたセットに取りつけてください。→P.29

**内ぶたパッキン**

**フィルターベース**

内ぶたセット（表）

**内ぶたセット止め具**
内ぶたセットの取りはずし、取りつけのときに使う
- ●お手入れ後、内ぶたセットを必ず取りつけてください。→P.29

**圧力調整装置**
炊飯時に圧力の調整を行う
- ●分解しないでください。お手入れ方法は→P.26

**ふたセンサー**

**放熱板**

**外ぶたパッキン**

**蒸気口**

**内ぶたとっ手**
（左右2ヵ所）
内ぶたセットを持ち運ぶときに使う

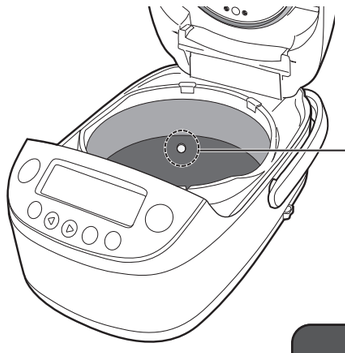
内ぶたセット（裏）

なべ

**安全弁**
圧力調整装置が目詰まりしたり、故障などの場合に異常な圧力を抜くなどの安全機構
- ●分解しないでください。お手入れ方法は→P.26

**しゃもじ受け取りつけ部**
（左右2 ヵ所）

本体



**サイドセンサー**
（本体内側）

しゃもじを差し込んで立てておきます。

**しゃもじ受けのつけ方**
- ●2ヵ所のツメを本体に強めに押しつけながら（①）、脚をしゃもじ受け取りつけ部の穴に差し込む（②）

**しゃもじ受けのはずし方**
- ●しゃもじ受けをひねりながらはずす

## 付属品

# おいしいご飯のコツ

## おいしく炊くコツ

### ●米を正しく計る

必ず付属の計量カップすりきりで計ります。計量米びつや市販のカップ(200mL)では、差が出ます。

### ●手早く洗う

米を手早く「洗う」ために、水をためるボウルを用意してください。

**①すすぐ**…最初はたっぷりの水で大きく2〜3回かき混ぜ(約10秒以内)、水はすぐに捨てる(2回繰り返す)

**②洗う**……手の指を立て、米を30回(約15秒)かき混ぜるようにして洗い、その後たっぷりの水で大きくかき混ぜ、水はすぐに捨てる。これを1セットとして2〜4セット繰り返す

**③すすぐ**…最後にたっぷりの水で手早く2回すすぐ

**(①〜③を10分以内で行う)**

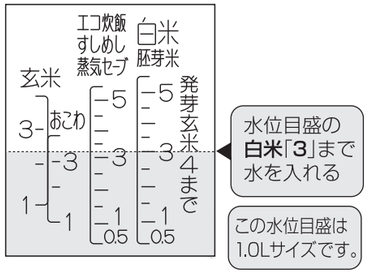
ご注意! 湯(35℃以上)で洗米や水加減しないでください。ご飯がうまく炊けない原因になります。

### ●正しく水加減をする

| 米の種類 | 軟質米・胚芽米 | 新米 | 古米・硬質米 |
|---|---|---|---|
| 水加減 | 水位目盛どおり | 水位目盛より少なめ | 水位目盛より少し多め※ |

※「水位目盛より少し多め」で炊くときは、ふきこぼれ防止のため、「**ややもちもち**」メニューで炊いてください。

白米・無洗米とも3カップを炊くとき




### ●アルカリ度の強い水を使わない

アルカリ度の弱い水(pH9以下)を使用してください。
黄変したり、べたついたご飯になります。

### ●炊き上がったら、すぐにほぐす

熱いうちにご飯をほぐすことで余分な水分が逃げ、ふっくらおいしくなります。炊き上がり10分以内が目やすです。
そのままにしておくとご飯がかたまったり、べたついたり、焦げたりします。

## 保温のコツ

### ●なべの中でご飯を保存する場合は、必ず「うるつや保温」または「高め保温」を使う

- 差込みプラグをコンセントから抜いた状態、または「うるつや保温」や「高め保温」を取り消した状態で、なべの中でご飯を保存するといやなにおいや、つゆが落ちてご飯がべちゃつく原因になります。
- 「保温なし」が終了したあとは、ご飯をそのままにせず取り出し、お早めにお召し上がりください。べちゃつき・いやなにおい・変色の原因になります。

### ●ご飯の乾燥・べちゃつき・いやなにおい・変色を防ぐために、このような保温はしない

- 少量のご飯を長時間保温
- 「うるつや保温」で30時間以上、「高め保温」で12時間以上の保温(メニューによって異なります。)
- ご飯をつぎたして保温
- 冷めたご飯からの保温
- おかゆの保温
- 炊きこみ・おこわなどの具や調味料を加えて炊いたご飯の保温
- コロッケ・みそ汁などご飯以外のものを保温
- しゃもじを入れたまま保温

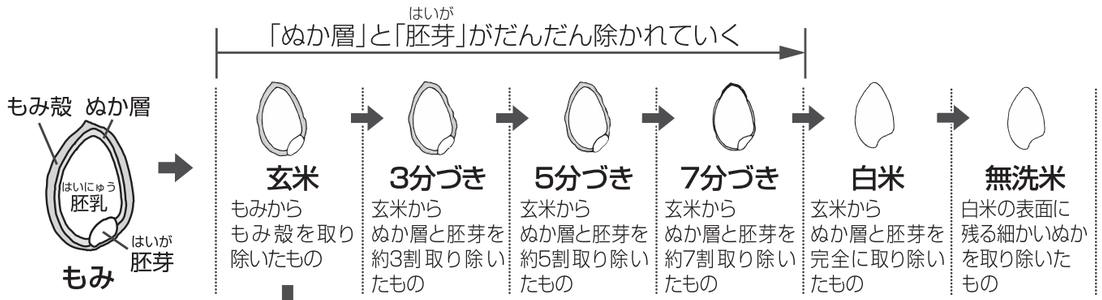
### ●少量のご飯はなべの中央に盛る

- 保温するご飯の量が少なくなった場合は、乾燥したり、べちゃつきやすくなりますので、なべの中央に盛って保温してください。

# 米のお話

## 米の呼び名

米は精米や加工のしかたにより呼び名がかわります。



**胚芽米**
玄米の胚芽を残してぬか層を取り除いたもの

●胚芽米は、特殊な精米技術で精米したもので、家庭用精米機ではできません。お米屋さんで、ご購入ください。

**発芽玄米**
玄米を加工して胚芽の部分が膨らんで芽が出る寸前のもの

●普通の玄米に比べ、やわらかく食べやすいように加工されています。また栄養素の一つであるギャバ(ガンマーアミノ酪酸)が、多く含まれています。

# 玄米のお話

この製品では玄米を炊くことができます。
また、玄米を活性化させ栄養価を高める炊き方として「玄米 熟成」メニューが選べます。

## 「玄米 熟成」メニュー

「玄米 熟成」メニューを選んで玄米を炊飯すると、まず玄米を活性化させる工程に入り、その後、自動的に通常の玄米炊飯工程に移ります。玄米を活性化させる工程では、なべ内の温度を約40℃で約1時間維持しますので、炊き上がりまで時間がかかります。→P.13「炊き上がりまでの時間の目やす」参照
玄米が活性化することにより栄養素の一つであるギャバ※(ガンマーアミノ酪酸)の量が元の玄米の約1.4倍に増加します。
また、通常の玄米炊飯に比べてやわらかく食べやすくなります。

※**ギャバとは**…ギャバ(ガンマーアミノ酪酸)はアミノ酸の一種で血圧を下げたり、神経を鎮める効果があるといわれています。

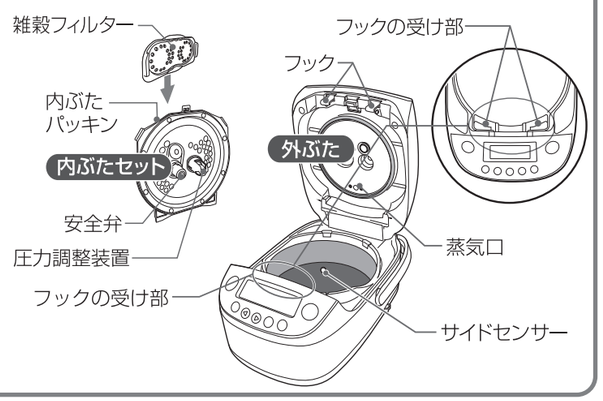
# ご飯を炊く　基本的な炊き方

●初めてお使いになるときは、なべ・内ぶたセット・蒸気口セット・付属品を洗ってください。→P.25〜P.29

## 炊飯前に確認してください。

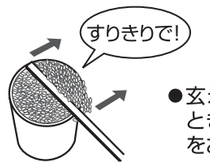
右図の各部にご飯粒や米粒などの異物が付着しているときはお手入れをしてください。→P.26

●ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気がもれたり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。また、安全のため炊飯を受けつけないことがあります。




## 1 付属の計量カップで米を計る

米の計量は、付属の計量カップを使い、すりきりで計ります。




●玄米・胚芽米・発芽玄米を炊くときは「白米用」の計量カップをお使いください。

■1カップあたりの分量の目やす

| 計量カップ | 合数 | 容量 | 重量 |
|---|---|---|---|
| 白米用 | 約1合 | 約180mL | 約150g |
| 無洗米専用 | 約1合 | 約171mL | 約147g |

## 2 米を洗って、水加減をする

①米を洗う→P.8「おいしく炊くコツ」参照

②平らな台の上で米に水を加えて、炊きたいメニュー・米のカップ数の目盛に合わせる →P.14

③米を平らにならす

●水に浸さなくてもすぐに炊けます。浸しておくと、少しやわらかめに炊き上がります。

### 無洗米を炊く場合

**無洗米のひと粒ひと粒が水になじむように、2〜3回やさしくかき混ぜてから水加減をする**

水位目盛は、白米の場合と同じです。

●無洗米によっては、精米製法などにより米の表面にデンプン質が多く残っている場合があります。米のデンプン質で、水が白くにごっていると焦げ・ふきこぼれ・炊き上がりが悪くなる場合があります。
白くにごるときは、1〜2度水を入れかえてすすぎます。

## 3 なべを本体に入れて、内ぶたセット・蒸気口セットを取りつけ、外ぶたを閉める

なべ外側・本体内側・内ぶたセット・蒸気口セットの水分や異物をふき取ってください。

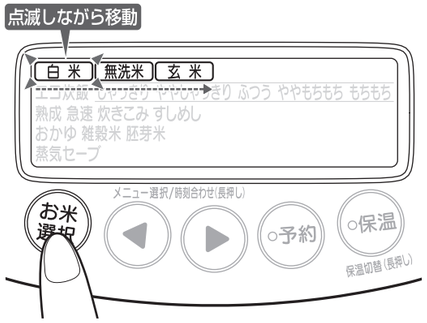
●雑穀フィルターを必ず内ぶたセットに取りつけてください。
●圧力式の炊飯のためパッキンの密閉度が高く、外ぶたを閉めるときにかたいことがあります。
外ぶたは「カチッ」と音がするまで、ゆっくりと確実に閉めてください。

## 4 差込みプラグをコンセントに差し込む

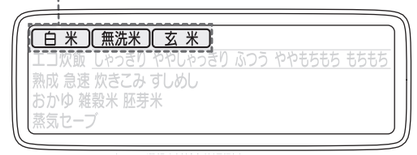
## 5 お米選択 を押して、米の種類を選ぶ

●工場出荷時は［白 米］に設定されています。

キーを押すごとに、表示部の「白米」→「無洗米」→「玄米」が点滅しながら移動します。




米の種類　図はわかりやすいようにすべての米の種類を表示しています。



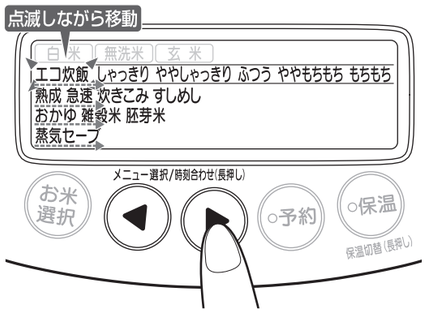

●選択した米の種類により、表示されるメニューはかわります。→P.14

## 6 ◀ または ▶ を押して、メニューを選ぶ

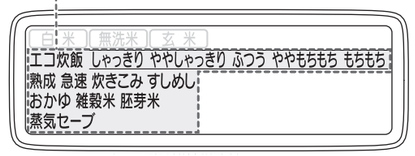
●工場出荷時は「エコ炊飯」に設定されています。

キーを押すごとに、メニューが点滅しながら移動します。

選択できるメニュー、各メニューの特長などの詳細はP.14〜P.15をご覧ください。




メニュー　図はわかりやすいようにすべてのメニューを表示しています。




●選択した米の種類により、表示されるメニューはかわります。→P.14

▶を押すと矢印の方向へ進みます。
◀を押すと矢印の逆回りになります。

●キーを押し続けると、メニューが連続で進みます。米の種類が「白米」・「無洗米」のときは「エコ炊飯」に戻ると止まります。「玄米」のときは「ふつう」に戻ると止まります。
●一度選んで炊飯すると次に選び直して炊飯するまで記憶されるメニューと、記憶されないメニューがあります。
→P.14「いろいろなご飯を炊く」参照

### もちもち度の選択

白米や無洗米のもちもち度(炊くときの粘りと弾力の程度)を次の5段階で炊きわけることができます。

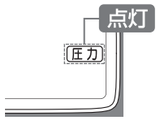
しゃっきり　ややしゃっきり　ふつう　ややもちもち　もちもち

もちもち度弱め ←→ もちもち度強め

## 7 炊飯/再加熱 を押す

メロディー(ブザー)が鳴り、炊飯を開始します。
炊飯/再加熱ランプが点灯し、表示部に炊き上がりまでの目やす時間(分)を表示します。

- 外ぶたがしっかり閉まっていないと、ブザー(「ピピッ」×2回)でお知らせします。外ぶたは「カチッ」と音がするまで、ゆっくりと確実に閉めてください。
- 保温ランプが消えていることを確認して「炊飯/再加熱」キーを押してください。保温ランプが点灯していると「再加熱」に入ります。→P.18
- 炊飯中に現在時刻を知りたいときは◀または▶を押すと表示が切りかわります。




例 お米選択「白米」、メニュー選択「もちもち」で炊飯したときの表示(保温設定は「うるつや保温」)

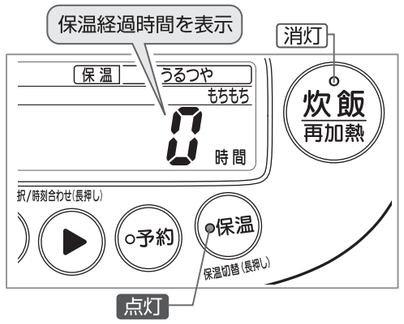
- 炊き上がりまでの残り時間は目やすです。実際の炊き上がり時間は、室温・水温・電圧・水加減などによりかわります。
- むらしに入ると炊き上がりまでの残り時間を調整します。調整の際、残り時間が一度に進んだり、戻ったりする場合があります。

## 8 炊き上がりのメロディー(ブザー)が鳴り、保温に切りかわったらすぐにご飯をほぐす

炊き上がると自動的に保温に移ります。→P.16「保温する」参照

保温ランプが点灯または点滅し、炊飯/再加熱ランプが消灯します。
「うるつや保温」・「高め保温」は1時間単位で保温経過時間を表示、「保温なし」は現在時刻を表示します。

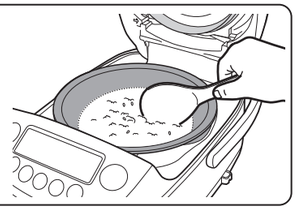
**外ぶたを開けるときは、蒸気が出ていないことや 圧力 の表示が消えていることを必ず確認してください。**




**保温に切りかわったらすぐにご飯をほぐしてください。**

ご飯をほぐし、余分な水分を逃がすことで、ご飯のかたまり・べたつき・焦げをおさえます。

- ご飯をほぐすときは、やけどに十分注意してください。
- ご飯をほぐし忘れるとブザー(「ピピッ」×2回)でお知らせします。
  ご飯をほぐして、外ぶたを閉めてください。→P.17「ほぐし忘れ報知ブザー」参照



- 炊飯の状態により、炊き上がったご飯の底面がうすく焦げることがあります。
- 炊飯中の熱対流により、炊き上がったご飯の表面が凸凹することがあります。

## 9 使用後は とりけし を押し、差込みプラグをコンセントから抜く

- 本体が冷めてからお手入れしてください。



**お願い**

**外ぶたを開けるときは、蒸気が出ていないことや 圧力 の表示が消えていることを必ず確認してください。**

- やむをえず炊飯途中で外ぶたを開けたり、炊飯を止める場合、「とりけし」キーを1秒以上押します。蒸気口から蒸気が勢いよく出ますので注意してください。
- 圧力 の表示が消えたあとでも、プッシュボタンが重く感じたら無理に外ぶたを開けず、冷ましてから開けてください。
  無理に開けると内容物がふき出して、やけどの恐れがあります。

- 連続して炊く場合や保温をやめてすぐ炊く場合は40分以上冷ましてください。
  本体や外ぶたの温度が高いとうまく炊けません。

アドバイス

本体や外ぶたを早く冷ましたい場合、下記の方法をお試しください。

- なべに冷水を入れ、本体内側を冷やす
- 外ぶたを開け、内ぶたセットをはずして放熱板を冷ます

**ふきこぼれにご注意ください。**

**水加減を「おかゆ」の水位目盛に合わせた場合は、「おかゆ」メニュー以外で炊飯しないでください。**
**他のメニューで炊飯するとふきこぼれる恐れがあります。**
- **「おかゆ」メニューは記憶されませんので、おかゆを炊飯するときは毎回「おかゆ」メニューを選択してください。**

お知らせ
- 報知音(メロディー・ブザー)は他の報知のしかたに切りかえることができます。→P.19「報知音の種類と切りかえ方」参照

## 炊き上がりまでの時間の目やす・圧力をかけているメニュー

| | 圧力をかけているメニュー | 普通の米 | | 無洗米 | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | 1.0Lサイズ | 1.8Lサイズ | 1.0Lサイズ | 1.8Lサイズ |
| エコ炊飯 | ● | 約55分～1時間1分 | 約58分～1時間7分 | 約56分～1時間4分 | 約1時間～1時間8分 |
| しゃっきり | ● | 約42分～49分 | 約45分～52分 | 約45分～54分 | 約48分～57分 |
| ややしゃっきり | ● | 約41分～48分 | 約43分～54分 | 約43分～53分 | 約45分～58分 |
| ふつう | ● | 約43分～52分 | 約44分～56分 | 約46分～57分 | 約47分～59分 |
| ややもちもち | ● | 約49分～55分 | 約46分～56分 | 約51分～59分 | 約47分～58分 |
| もちもち | ● | 約51分～57分 | 約47分～55分 | 約54分～1時間 | 約51分～1時間 |
| 熟成 | ● | 約1時間9分～1時間15分 | 約1時間9分～1時間21分 | 約1時間11分～1時間18分 | 約1時間10分～1時間22分 |
| 急速 | ● | 約29分～35分 | 約29分～41分 | 約30分～37分 | 約32分～47分 |
| 炊きこみ | ● | 約1時間3分～1時間9分 | 約1時間5分～1時間11分 | 約1時間3分～1時間10分 | 約1時間6分～1時間12分 |
| すしめし | —— | 約53分～59分 | 約54分～1時間 | 約52分～58分 | 約53分～1時間1分 |
| おかゆ | —— | 約51分～1時間1分 | 約50分～1時間1分 | 約52分～1時間1分 | 約50分～1時間1分 |
| 雑穀米 | ● | 約52分～59分 | 約1時間1分～1時間8分 | 約53分～59分 | 約1時間7分～1時間13分 |
| 胚芽米 | ● | 約56分～1時間2分 | 約59分～1時間5分 | 約56分～1時間5分 | 約1時間～1時間7分 |
| 蒸気セーブ | ● | 約56分～1時間2分 | 約58分～1時間5分 | 約56分～1時間3分 | 約59分～1時間9分 |
| 玄米ふつう | ● | 約57分～1時間4分 | 約1時間5分～1時間12分 | — | — |
| 玄米熟成 | ● | 約2時間4分～2時間14分 | 約2時間6分～2時間18分 | — | — |
| おこわ※1 | —— | 約53分～59分 | 約54分～1時間 | 約52分～58分 | 約53分～1時間1分 |
| 発芽玄米※2 | ● | 約53分～1時間 | 約55分～1時間1分 | 約53分～1時間1分 | 約56分～1時間2分 |

※1 おこわは「すしめし」メニューで炊いてください。
※2 発芽玄米は「ややもちもち」メニューで炊いてください。
- 電圧100V・室温20℃・水温18℃の場合。
- 時間は炊飯をはじめてから保温になるまでの時間です。また電圧・室温・季節・水加減などによりかわります。
- 「炊きこみ」メニューは、米に調味料をしっかり含ませおいしく炊き上げるため、炊き上がりまでの時間が長くかかります。

# ご飯を炊く　いろいろなご飯を炊く

●無洗米の計量は、「無洗米専用」の計量カップをご使用ください。
●無洗米をお使いの場合はP.10「無洗米を炊く場合」をご参照ください。
●［　　］内のメニューは一度炊飯すると記憶されるメニューです。

## 「メニュー選択」キーに設定されているご飯を炊く

| お米選択 | メニュー選択 | 水位目盛 | 炊飯容量(カップ数) | 特長・アドバイス |
|---|---|---|---|---|
| 白米または無洗米 | エコ炊飯 | エコ炊飯 | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●消費電力量をおさえてご飯を炊き上げます。少しかために炊き上がります。 |
| | しゃっきり | 白米 | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●粘り少なめで、しゃっきりとしたご飯に炊き上げます。 |
| | ややしゃっきり | 白米 | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●「ふつう」よりもやや粘り少なめ、弾力おさえめのご飯に炊き上げます。 |
| | ふつう | 白米 | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●この製品の標準のもちもち度に炊き上げます。 |
| | ややもちもち | 白米 | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●「ふつう」よりも粘り・弾力を引き出して炊き上げます。 |
| | もちもち | 白米 | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●「ややもちもち」に比べ、より強い粘りや弾力のあるご飯に炊き上げます。 |
| | 熟成 | 白米 | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●じっくりと時間をかけて米の旨みを引き出すメニューです。 |
| | 急速 | 白米 | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●早く炊きたいときに選びます。少しかために炊き上がります。 |
| | 炊きこみ | 白米 | 1.0L：0.5～4<br>1.8L：2～6 | ●調味料はだし汁や水などで薄めて米に加え、水加減したあと、なべの底からよく混ぜます。薄めなかったり、よく混ぜないと焦げがきつくなったり、うまく炊けないことがあります。<br>●具は米の質量(重さ)の30～50%が適量です。<br>●具は小さめに切り、米の上にのせて米と混ぜずに炊きます。 |
| | すしめし | すしめし | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●「しゃっきり」よりかために炊き上がります。 |
| | おかゆ | おかゆ | 1.0L：0.5～1.5<br>1.8L：0.5～2.5 | ●具は米の質量(重さ)の30～50%が適量です。<br>●具は小さめに切り、米の上にのせて米と混ぜずに炊きます。<br>●煮えにくい具は、やや少なめにしてください。<br>●**青菜類は、あらかじめゆでるなどし、必ず炊き上がってから加えます。**<br>●分づき米は炊けません。 |
| | 雑穀米 | 白米 | 1.0L：0.5～4<br>1.8L：2～6 | ●白米や無洗米に雑穀を混ぜる割合は、炊飯量の10%以下にします。<br>●雑穀の種類や配合によってかたさが異なります。 |
| | 胚芽米 | 胚芽米 | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●洗米は胚芽が取れないよう、優しく手早く洗います。(胚芽は取れやすいため)<br>●胚芽米の種類によって、ご飯がかたくなったり、やわらかくなったりしますのでお好みによって水の加減を調整してください。 |
| | 蒸気セーブ | 蒸気セーブ | 1.0L：0.5～5.5<br>1.8L：1～10 | ●蒸気量をおさえるメニューです。少しかために炊き上がります。(蒸気が全く出ないわけではありません。) |
| 玄米 | ふつう | 玄米 | 1.0L：1～4<br>1.8L：2～8 | ●白米を混ぜて炊飯するとふきこぼれたり、うまく炊けないことがありますので、おすすめできません。 |
| | 熟成 | 玄米 | 1.0L：1～4<br>1.8L：2～8 | ●玄米を活性化させ栄養価を高めるメニューです。→P.9<br>●「玄米 ふつう」に比べてやわらかく食べやすくなります。 |

## 「メニュー選択」キーに設定されていないご飯を炊く

| 炊きたいご飯 | 使う米 | お米選択 | メニュー選択 | 水位目盛 | 炊飯容量(カップ数) | 特長・アドバイス |
|---|---|---|---|---|---|---|
| おこわ | もち米のみまたはもち米＋白米または無洗米 | 白米または無洗米 | すしめし | おこわ(もち米と白米を混ぜた場合は少し多め) | 1.0L：1～4<br>1.8L：2～6 | ●調味料はだし汁や水などで薄めて米に加え、水加減したあと、なべの底からよく混ぜます。<br>●具は水加減をしたあと、米の上にのせます。 |
| 発芽玄米 | 発芽玄米のみまたは発芽玄米＋白米または無洗米 | 白米または無洗米 | ややもちもち | 白米 | 1.0L：0.5～4<br>1.8L：2～8 | ●タイマー予約炊飯および30分以上浸しての炊飯はしないでください。<br>●発芽玄米の種類によっては、ふきこぼれたり、うまく炊けないことがあります。<br>●発芽玄米機を使用して作った発芽玄米をお使いになる場合の炊き方は、発芽玄米機を販売しているメーカーに直接問い合わせてください。 |
| 分づき米 | 3分づき米 | 玄米 | ふつう | 玄米(玄米の水位目盛より少し少なめ) | 1.0L：1～4<br>1.8L：2～8 | ●銘柄や精米度によっては、ふきこぼれたり、うまく炊けない場合があります。<br>**→水の加減を調整してください。** |
| | 5分づき米・7分づき米 | 白米 | ややもちもち | 白米(白米の水位目盛より少し多め) | 1.0L：1～4<br>1.8L：2～8 | |

**エコ炊飯について**

ご飯がかたく感じるときは、次のようにするとやわらぎます。
●炊き上がってほぐしてから、しばらく置く
●あらかじめ米を浸してから炊飯する

**1回当たりの炊飯時消費電力量の比較**

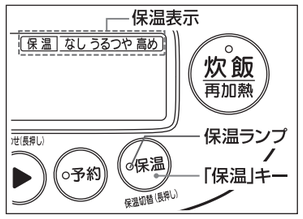
| | 1.0L (3カップ) | 1.8L (4カップ) |
|---|---|---|
| 白米 エコ炊飯 | 131Wh | 174Wh |
| 白米 ふつう | 206Wh | 268Wh |

省エネ法：特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による数値

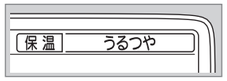
# 保温する　うるつや保温・高め保温・保温なし

**「うるつや保温」・「高め保温」・「保温なし」が選べます。**

- ●工場出荷時は「うるつや保温」に設定されています。
- ●「うるつや保温」・「高め保温」・「保温なし」は、一度選ぶと、次に選び直すまで記憶されます。




**うるつや保温**　**最適な温度コントロールで、ご飯の劣化(乾燥・変色)をおさえます。**




**高め保温**　**少し高めの温度で保温することにより、ご飯のにおいの発生をおさえます。**

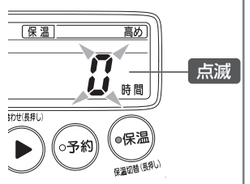
## ■保温時間について

- ●下の表に記載されている保温時間は必ず守ってください。
- ●炊飯終了後、全メニューが保温になりますが「×」のメニューは保温をしないでください。腐敗やいやなにおいの原因になります。

| お米選択 / メニュー / 保温 | 白米・無洗米 | | | 玄米 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | エコ炊飯・しゃっきり・ややしゃっきり・ふつう・ややもちもち・もちもち・熟成・急速・すしめし・蒸気セーブ | 雑穀米・胚芽米 | 炊きこみ・おかゆ | ふつう・熟成 | 発芽玄米※1・分づき米※1 | おこわ※2 |
| うるつや保温 | 30時間まで | 12時間まで | × | 12時間まで | 12時間まで | × |
| 高め保温 | 12時間まで | | | | | |

●各メニューで表の時間を超えると数字が点滅してお知らせします。お早めにお召し上がりください。

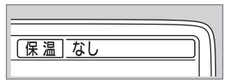
●「×」のメニューは「0時間」から点滅します。保温しないでください。




※1「発芽玄米」および「5分づき米・7分づき米」は「ややもちもち」を選択メニューにしているため(P.15参照)、「うるつや保温」で保温した場合に、表に記載している12時間では点滅しませんが、「発芽玄米」および「5分づき米・7分づき米」を炊飯した場合には、12時間までの保温にしてください。

※2「おこわ」は「すしめし」を選択メニューにしているため(P.15参照)、0時間では点滅しませんが、「おこわ」を炊飯した場合は保温しないでください。

**保温なし**　**余分なつゆをおさえるために、内ぶたセットをしばらく保温します。徐々にご飯の温度が低くなります。**
**(ご飯の温度が低くなると、自動的に内ぶたセットへの保温を終了します。)**




- ●長時間の保温をせず、一回の食事で食べきる方や、冷蔵庫に保存する方におすすめです。
- ●「保温なし」中は保温ランプが点滅し、現在時刻を表示します。
- ●内ぶたセットの保温が終了するとブザーが「ピー」と鳴り、保温ランプが消灯します。内ぶたセットの保温が終了したあとは、つゆがご飯の上に落ちてべちゃつくため、お早めにお召し上がりください。
- ●内ぶたセットの保温をすぐにやめたい場合は「とりけし」キーを押してください。

## 保温の切りかえ方

### 炊飯前に保温を切りかえる場合

**1　本体になべを入れ、差込みプラグをコンセントに差し込む**

**2　○保温を長押し(1.5秒以上)して、「うるつや保温」・「高め保温」・「保温なし」のいずれかを選ぶ**

「保温」キーを長押しするごとに「うるつや保温」→「高め保温」→「保温なし」の順に切りかわります。
次回、炊飯後の保温は設定された保温で動作します。

### 保温中（保温ランプ点灯中・点滅中）に保温を切りかえる場合

**○保温を長押し(1.5秒以上)する**

「保温」キーを長押しするごとに「うるつや保温」→「高め保温」→「保温なし」の順に切りかわります。
保温を切りかえると、一旦保温は終了します。再度保温をする場合は「保温」キーを押してください。

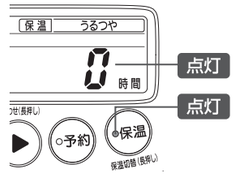
## 再保温のしかた

**■保温を取り消したあと、または保温を切りかえたあとに再度、保温をする場合**

**○保温を押す**

保温ランプが点灯し、表示部の保温経過時間が「0時間」に戻ります。

- ●保温設定が「保温なし」の場合は、「うるつや保温」になります。
- ●ご飯やなべの温度が低いときは再保温をしないでください。
  ご飯やなべの温度が低いときに再保温をすると「0(時間)」が点滅します。




### においが気になる場合は

- ●お手入れ不足、季節や使用環境による室温、外ぶたの開閉、米の種類、洗米方法などにより、雑菌が繁殖しやすくなり、いやなにおいが発生する場合があります。においが気になる場合は、P.26「内側」のお手入れを行ったあと、「高め保温」をお使いいただくと効果的です。また、P.33「こんなときは」を参考に保温温度を上げていただくと、さらに効果的です。

**お願い**
- ●なべの中でご飯を保存する場合は、必ず「うるつや保温」・「高め保温」をお使いください。

### お知らせ

- ●「うるつや保温」中・「高め保温」中に現在時刻を知りたいときは◀または▶を押すと表示が切りかわります。再度◀または▶を押すと、保温経過時間に戻ります。

保温経過時間に戻さない場合は、次に炊飯しても保温経過時間を表示しません。また、保温経過時間が点滅すると切りかえできません。

### 保温中のご飯のおいしさを保つため、以下の場合にブザーでお知らせします。

**●ほぐし忘れ報知ブザー**

炊き上がったあとすぐにご飯をほぐさなかった場合、約10分後、40分後、70分後にブザー(「ピピッ」×2回)が鳴ります。ご飯の余分な水分を逃がし、ご飯のかたまり・べたつき・焦げを防ぐため保温に切りかわったらすぐに外ぶたを開けご飯をほぐしてください。

**●外ぶた閉め忘れ報知ブザー**

保温中に外ぶたが開いたままの場合、約5分後にブザー(「ピピッ」×2回)が鳴り、その後3分おきに3回ブザーが鳴ります。ご飯の乾燥や温度が下がりすぎるのを防ぐため、外ぶたは「カチッ」と音がするまでゆっくりと確実に閉めてください。

このようなお知らせが不要な場合、ブザーをサイレントに切りかえることができます。 →P.19